PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ (IED) (CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OSCAR IVAN ESPINOSA SOLORZANO**
3. FECHA:	2020-02-25	4. HORA:	Martes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	GIMNASIA	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Realiza movimientos fluidos, armónicos y económicos acordes conexigencias de ajustes corporales mediante actividades lúdicas y rítmicas que implicadesplazamientos globales y segmentarios	TÉCNICAS DEL CUERPO : ejecuta movimientos que que permitan por medio de por medio de actividades que lleven a posturas y movimientos gimnasticos	CONDICIÓN FÍSICA : REALIZA LA MEDICION POR MEDIO DE TEST QUE MIDEN LA FUERZA ISOMETRICA E ISOTONICA	LÚDICA MOTRIZ : lidera el trabajo efectivo y colaborativo por medio de actividades ludicas y roles
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Genera y fortalece el Autoconocimiento para la expresión asertiva de emociones desde el campo gimnastico			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Fomenta el respeto en los estudiantes por medio de actividades donde se genere amistad sobre un objetivo			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Fomentar el trabajo y promover la igualdad hacia una correcta comunicación entre todos los participantes			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Fomentar el trabajo y promover la igualdad hacia una correcta comunicación entre todos los participantes			
TEMA : trabaho en equipo			
SUBTEMAS : determinacion			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	FORMACIÓN LLAMADO A LISTA (5 MIN) 17.3 OBJETIVO EDUCATIVO (1 MIN) 17.4 EDUCATIVO FORMATIVO (1 MIN) 17.5 OBJETIVO DESARROLLO MOTRIZ (3 MIN) 17.6.1 MOVILIDAD ARTICULAR 2 MIN CALENTAMIENTO GENERAL: Flexibilidad: SPLIT, SPAGAT, PIKE, PANCAKE, ARCO Y HOMBRO. (6 MIN)	ESPACIO FÍSICO ZONAS BLANDAS	5 minutos de trabajo 5 minutos de trabajo 2 minutos de trabajo 10 minutos de trabajo
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Realizar movimientos fluidos, armónicos y económicos acordes con exigencias de tiempo y espacio mediante la base en la iniciacion de la rondada con actividades lúdicas Combinar formas básicas de movimiento en situación de juego con modificaciones de tiempos y espacios esquemas colectivos y posiciones	ESPACIO FÍSICO ZONAS BLANDAS	15 min de aplicación 15 min de aplicación 20min de aplicación 20 min de aplicación
FASE FINAL : (CIERRE)	Se reúne el grupo y se realiza una aclaración y se despejan dudad frente al tema visto. espacio de hidratacion y cambio.	ESPACIO FÍSICO ZONAS BLANDAS	18 min 10 min

OBSERVACIONES
sin novedad

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO